

《工作整理术》

图书基本信息

书名：《工作整理术》

13位ISBN编号：9787511335289

10位ISBN编号：7511335284

出版时间：2013-7

出版社：由美 中国华侨出版社 (2013-07出版)

作者：由美

页数：212

版权说明：本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介以及在线试读，请支持正版图书。

更多资源请访问：www.tushu000.com

前言

夏小姐租房开了家网店经销家纺产品，网店生意不错，已经是皇冠级别了。两年多来，不管生意多么繁忙，一直是她一个人在打理。她不经常外出，所以同一栋楼房里的人对她不太熟悉，也不清楚其作息规律。后来她在老家的父亲因为一直联系不上女儿，就打电话给房东，请其帮他找一下。没想到的是，房东打开夏小姐的房间，发现她直挺挺地躺在床上，口吐白沫，已无声息。经调查，当地警方排除了他杀，疑是因为疲劳过度而死，且是死了几天后才被发现，发现的时候，尸体已经开始发泡了。此事发生后，在全国各大论坛迅速引起网友的关注。有网友发帖说：“认真细读每个字，有切身体会者必定明白其中的心酸，这些天，自己因为忙在电脑前，几次胃疼得厉害。看了帖子，让我也想到了，身体才是最重要的，希望大家都能以此帖为例，再忙也要照顾好自己，祝大家健康快乐！”看看这些心声，排除他杀，警方的确有理由认为夏小姐是因长期疲劳而导致的猝死。夏小姐的离世，让人备感沉重。窥一斑可见全貌，从一个人的不幸中，我们可以看到当下人们的普遍的工作状态：过于关注通过工作得到的经济结果，自动忽视产生结果的漫长过程。在这个过程中，其实我们可能遇到了形形色色的问题，这些问题恰恰让我们离想要的结果更远了，甚至背道而驰。比如夏小姐的身体状况在平日的工作中一定有所反映，只是被她忍着、拖着直到出事那天；比如她过度依赖网络，从而忽略了与周围人的沟通与交往；比如她过分在意经济结果，不肯找人分担。不同的人会碰到不同的一些问题。工作是人们的一种常态，除了一些富贵闲人，每个人都在工作着，不管出于何种目的。工作本应该是一个过程，我们却只把它当作一个结果，不管不顾地去追求，丢掉了很多美好。要如何工作，或者说要以怎样一种状态来工作，才能让生命更积极、更随性、更自在一些？答案是轻松、高效、愉悦地做工作，工作本身也是享受。“轻松、高效、愉悦地工作，不但他人开心，自己也感到快乐。”如果能够实现的话，那真是再好不过了。工作是人生食粮，不愉快便失去意义；以义务感面对工作，更无法获得幸福。既然一定得做，不如开开心心去做，不如真心地享受工作。因此，整理术应运而生。整理是非常积极的行为，在你工作中遇到的任何问题，你都能拿来做一番整理，只要彻底执行，工作环境、工作状态就能大幅改善。当然，就像数学中的“极限”一样，只能无限靠近，却不能到达。所以本书并非是为了整理而整理，而是与读者分享一种“如何享受工作”的方法论。张德芬说她深信，当人把自己的内在世界调整得很好的时候，他的外在世界就会自然而然变得很顺利。这就是说当你把自己各方面的状态整理到最佳的时候，你所想要的结果大概也就会随之而来。

《工作整理术》

内容概要

《工作整理术:这样工作才能更简单、更高效》内容简介：工作是人生食粮，不愉快便失去意义；以义务感面对工作，更无法获得幸福。既然一定得做，不如开开心心去做，不如真心地享受工作。因此，整理术应运而生。整理是非常积极的行为，在你工作中遇到的任何问题，你都能拿来做一番整理，只要彻底执行，工作环境、工作状态就能大幅改善。当然，就像数学中的“极限”一样，只能无限靠近，却不能到达。所以《工作整理术:这样工作才能更简单、更高效》并非是为了整理而整理，而是与读者分享一种“如何享受工作”的方法论。

海报：

《工作整理术》

作者简介

由美，原名高亚平，在写字楼里默默奋战的码字一族。感性而不失理性，喜好古典诗词，喜好哲学。头脑中经常爆满难以表达的奇思妙想，以让文字在指尖自由流动为梦想。

《工作整理术》

书籍目录

章节摘录

优化工作的方法——整理术工作对于我们来讲不外乎两个意义，大多是要赚钱养活自己和家人，过幸福的日子；更高一层的就是要实现自我的价值，追求自己的愿望、梦想和信仰。只怀揣着这些美好的向往，我们是否就能在繁忙的工作中游刃有余？是否就能够避免烦杂工作带来的紧张感和巨大压力，保持轻松健康的心态？是否就能够在复杂多变的人际关系中从容应对？是否就能够及时赶走负面情绪，不让这些毒素纵向扩散影响以后的工作？不让其横向扩散超出工作范围影响家庭的和谐？遭遇挑战又是否能拥有充沛的精力和跃跃欲试的激情？是否有一种深深的满足感和自我信任感，支撑着你渡过一次又一次的难关？多数人的答案应该是否定的吧，我们的工作离轻松、高效和愉悦还有一大截距离。这个距离是可以缩短的吗？我们真的可以实现轻松、高效、愉悦地工作吗？先来看两个故事吧，其中一个是关于一位外国企业界人士的。他同时经营着5个公司，每天的工作都很忙，可是他在忙碌中还能每年读书300多本，还经常去听讲座、上英语口语会话班、打高尔夫；每个月还能去海外进行视察、旅行、演讲。在做好工作的同时，他还可以做自己想做的其他事，真是有如超人。另一个是一位网络达人讲的他所经历过的一件事，在一家素食小店，一位服务员给了他以往不一样的美好感受。这是一家平常的二层小店，店面不大但很干净。他们一行三人要了几道菜边吃边聊。他们要的饮品是本店的特色——“杂粮汁”。每人要了一杯，尝了一口，淡淡的，没什么味道。他们以为杂粮汁本来就这个味，也没有再理会。旁边的服务员可能觉察到他们在谈论这款饮品，走了过来问道：“请问对我们这款饮品有什么意见？”他们在些许诧异之余，说了真实的感受：“嗯，没什么味道，不甜，也不香。”服务员听完3个人的话之后走开了，他们以为她会记录在意见簿上，便继续吃饭，不以为然。没一会儿，这个服务员端了一小杯蜂蜜回来，给他们每人杯中加了一点，并搅拌均匀。“请品尝一下，这回怎么样？”她很认真地问……他们真的很惊讶，一家普通的小店，一个普通的服务员，竟然有这样的素质和理念！惊讶于这个服务员真的在乎她的客人的需要，能敏锐地发现问题，并且还能迅速地采取行动，想出办法去满足客人的需要。达人不时地瞟一眼那个服务员，发现她一直在远处注意着他们的一举一动，他知道，只要他们稍微示意，她一定会走过来帮忙。我们都在外用过餐，知道通常情况下餐厅并不会给人带来特别愉快的感受。而故事中的她做到了，从她令人享受的服务中，我们能够感受到她所散发出的正面能量。由此我们有理由相信她的内心拥有一种平静、美好、积极的状态，相信在用心服务的同时，她自己内心会有深深的满足感和愉悦感，也有理由相信保持这种状态会使她在任何一个行业都能做出不俗的成绩。两个故事都给我们呈现了一幅美好的图景——轻松、高效、愉悦式的工作。我们又该如何来改善自己，向着这个图景迈进呢？答案是做工作整理。其实能这样工作是需要我们全身心的和谐与一致来促成的，绝不仅仅是单纯工作的问题。运用整理术来整理影响我们工作方方面面的不良状况，有助于我们创造一种优良的身心状态和工作环境，从而实现轻松、高效、愉悦地工作，并且释放我们的能量和潜力，在平凡的工作中拥有不一样的精彩。

《工作整理术》

编辑推荐

《工作整理术:这样工作才能更简单、更高效》编辑推荐：工作是人们的一种常态，除了一些富贵闲人，每个人都在工作着，不管出于何种目的。工作本应该是一个过程，我们却只把它当作一个结果，不管不顾地去追求，丢掉了很多美好。要如何工作，或者说要以怎样一种状态来工作，才能让生命更积极、更随性、更自在一些？答案是轻松、高效、愉悦地做工作，工作本身也是享受。

《工作整理术》

精彩短评

- 1、与想象的不一样，不只仅限于工作，生活的方方面面都有涉及，很耐读！
- 2、作用有限，还是说出了一些东西！
- 3、像作者看过的几本国内外畅销书的合集，感觉作者本身的阅历就有欠缺。不如看《拖延心理学》、《第二份工作》，以及李治的项目管理或PPT等书的收获大。里面虽然举了一些例子，但人物对白方式真的很西化，实在不适合正常中国人表达。
- 4、看评价，试着买了这本，以为就是关于工作思路的一个整理，结果后面很大篇幅的介绍什么养身啊，整理办公桌啊，与同事相处啊，太过广泛，导致每个章节都是说说大框架就结束，2天利用午休时间就看完整本书，无任何提升帮助，唉，失望，还这么贵，想买的慎重
- 5、难得一见的清新
- 6、内容空泛，无实用价值
- 7、编著类，谈论的点多，但无新意和实践的意义。
- 8、拼出来的一本书
- 9、由于最近比较忙，看了一部分，还是比较实用的。
- 10、现在的职场书籍太多了，但这是较好的一本。
- 11、1.人微言轻，少说主张，多谈办法。合乎上司心理的办法才是既善又妥的。因此，如何揣摩上司的心理才是问题的关键。2.能力是脾气的基础，发作有发作的道理，忍也有忍的缘故。与其提高忍术，不如找机会多长本事，提高自己的能力。3.站在老板的角度上看问题，弄明白他们想要什么，这样你就知道应该采取什么态度、什么方法，保证什么效果。
- 12、有一定作用
- 13、这本书从时间、健康、人际关系、负面情绪、面子、拖延和环境整理几个方面，帮我们理清了工作效能。我做了手绘的思维导图和摘抄了重点部分。重点推荐负面情绪的整理，受益匪浅。
- 14、整理好自己的时间和工作的前后顺序，才能达到事半功倍的效果。
- 15、工作，养家糊口，安身立命，快乐一点去工作，提高工作质量，这是一个正能量的方向，赞一个。

1、夏小姐租房开了家网店经销家纺产品，网店生意不错，已经是皇冠级别了。两年多来，不管生意多么繁忙，一直是她一个人在打理。她不经常外出，所以同一栋楼房里的人对她不太熟悉，也不清楚其作息规律。后来她在老家的父亲因为一直联系不上女儿，就打电话给房东，请其帮他找一下。没想到的是，房东打开夏小姐的房间，发现她直挺挺地躺在床上，口吐白沫，已无声息。经调查，当地警方排除了他杀，疑是因为疲劳过度而死，且是死了几天后才被发现，发现的时候，尸体已经开始发泡了。此事发生后，在全国各大论坛迅速引起网友的关注。有网友发帖说：“认真细读每个字，有切身体会者必定明白其中的心酸，这些天，自己因为忙在电脑前，几次胃疼得厉害。看了帖子，让我也想到了，身体才是最重要的，希望大家都能以此帖为例，再忙也要照顾好自己，祝大家健康快乐！”看看这些心声，排除他杀，警方的确有理由认为夏小姐是因长期疲劳而导致的猝死。夏小姐的离世，让人备感沉重。窥一斑可见全貌，从一个人的不幸中，我们可以看到当下人们的普遍的工作状态：过于关注通过工作得到的经济结果，自动忽视产生结果的漫长过程。在这个过程中，其实我们可能遇到了形形色色的问题，这些问题恰恰让我们离想要的结果更远了，甚至背道而驰。比如夏小姐的身体状况在平日的工作中一定有所反映，只是被她忍着、拖着直到出事那天；比如她过度依赖网络，从而忽略了与周围人的沟通与交往；比如她过分在意经济结果，不肯找人分担。不同的人会遇到不同的一些问题。

2、既然劳动人民是可爱的，和可敬的，那么，就必须敬业，爱岗。既然一定得做，不如开开心心去做，不如真心地享受工作。整理是非常积极的行为，就像我们会经常看一些心灵鸡汤的东西一样，工作方面也需要经常进行清理和整理，理清思路，理清未来之路，理清思考的路子，才能将工作中的问题细细琢磨出来。

3、在某个遥远的国度有位老国王，他想在自己的3个王子中选拔一个做自己的继承人。可3位王子都很优秀，难分伯仲，老国王绞尽脑汁，最终想出了一个办法，给3位王子各抽取了100人的户籍，分别去整理。这是一项繁琐而枯燥的工作，国王没有提供整理的方法，也没有提出时间、效果等方面的要求，全凭着3位王子各显其能了。过了一段日子，大王子第一个完成了任务，他拿整理好的户籍档案给老国王看，老国王笑着点了点头。几天之后，二王子的户籍档案也送来了，虽然迟了些，但二王子的字迹工整、条理清晰，远胜过大王子，老国王也笑着点点头。父子3人就等着小王子的户籍档案送来好作比较，大家等啊等，足足等了一个月，小王子才将整理好的户籍档案送来。老国王翻开来看看，仍然是笑着点了点头。大王子和二王子也看了看，字虽比大王子的好些，可没有二王子的工整。老国王会选谁做继承人呢？

4、其实工作是与我们自身的很多方面都密切关联的，它不是单纯的工作问题，不是与生活隔绝的。

5、工作是人们的一种常态，除了一些富贵闲人，每个人都在工作着，不管出于何种目的。工作本应该是一个过程，我们却只把它当作一个结果，不管不顾地去追求，丢掉了很多美好。要如何工作，或者说要以怎样一种状态来工作，才能让生命更积极、更随性、更自在一些？答案是轻松、高效、愉悦地做工作，工作本身也是享受。

6、职业没有贵贱，我们要做的是不管什么职业都能用心去做，都能把它出色的完成，就像那句笑也是一天哭也是一天，我们何必选择哭呢？同样的道理，认真也是一做不认真也是一做，而对于工作而言，认真与不认真对结果产生的差异是非常明显的，既然这样，我们又何必对自己不满意的工作敷衍了事呢？

7、工作是人们的一种常态，除了一些富贵闲人，每个人都在工作着，不管出于何种目的。工作本应该是一个过程，我们却只把它当作一个结果，不管不顾地去追求，丢掉了很多美好。要如何工作，或者说要以怎样一种状态来工作，才能让生命更积极、更随性、更自在一些？答案是轻松、高效、愉悦地做工作，工作本身也是享受。

8、工作效能是整理出来的，整理工作、整理自己，然后尽情地努力工作，尽情地享受工作。

9、先来看两个故事吧，其中一个是关于一位外国企业界人士的。他同时经营着5个公司，每天的工作都很忙，可是他在忙碌中还能每年读书300多本，还经常去听讲座、上英语口语会话班、打高尔夫；每个月还能去海外进行视察、旅行、演讲。在做好工作的同时，他还可以做自己想做的其他事，真是有如超人。另一个是一位网络达人讲的他所经历过的一件事，在一家素食小店，一位服务员给了他

往不一样的美好感受。这是一家平常的二层小店，店面不大但很干净。他们一行三人要了几道菜边吃边聊。他们要的饮品是本店的特色——“杂粮汁”。每人要了一杯，尝了一口，淡淡的，没什么味道。他们以为杂粮汁本来就这个味，也没有再理会。旁边的服务员可能觉察到他们在谈论这款饮品，走了过来问道：“请问对我们这款饮品有什么意见？”他们在些许诧异之余，说了真实的感受：“嗯，没什么味道，不甜，也不香。”服务员听完3个人的话之后走开了，他们以为她会记录在意见簿上，便继续吃饭，不以为然。没一会儿，这个服务员端了一小杯蜂蜜回来，给他们每人杯中加了一点，并搅拌均匀。“请品尝一下，这回怎么样？”她很认真地问……他们真的很惊讶，一家普通的小店，一个普通的服务员，竟然有这样的素质和理念！惊讶于这个服务员真的在乎她的客人的需要，能敏锐地发现问题，并且还能迅速地采取行动，想出办法去满足客人的需要。

10、工作对于我们来讲不外乎两个意义，大多是要赚钱养活自己和家人，过幸福的日子；更高一层的就是要实现自我的价值，追求自己的愿望、梦想和信仰。只怀揣着这些美好的向往，我们是否就能在繁忙的工作中游刃有余？是否就能够避免烦杂工作带来的紧张感和巨大压力，保持轻松健康的心态？答案是肯定的，人们最大的智慧就是享受工作的成就感，并且可以获得生活的美好感觉。

11、要如何工作，或者说要以怎样一种状态来工作，才能让生命更积极、更随性、更自在一些？答案是轻松、高效、愉悦地做工作，工作本身也是享受。“轻松、高效、愉悦地工作，不但他人开心，自己也感到快乐。”不时看看，可以发现工作中的问题，找到有效的解决办法。

12、个人认为第五章可以多看看的：一味抱怨不如提出问题，远离忌妒的漩涡。远离嫉妒，可不是那么容易的，当一个人嫉妒的时候，你是无法预料的。第五章 负面情绪整理——你不知道的，却害你不浅把小事做到极致，自然会被经营成大事 100不用委屈，胸怀和能力是被它撑大的 102消灭逆反情绪，路越走越宽 107一味抱怨不如提出问题 109远离忌妒的漩涡 113不推脱与巧推脱 117当心负面情绪的纵向传递 123智慧地处理别人的情绪 127

13、工作对于我们来讲不外乎两个意义，大多是要赚钱养活自己和家人，过幸福的日子；更高一层的就是要实现自我的价值，追求自己的愿望、梦想和信仰。但是同时也要注意自己的身体，身体健康才是最大的资本，有个好的身体才能把工作做好。

14、工作的意义对于每个人来说虽然不尽相同，每个人都可以找到其中的感觉来的。工作是人生食粮，不愉快便失去意义；以义务感面对工作，更无法获得幸福。这样的心态，的确让人感觉工作枯燥无味！其实，不是工作本身枯燥无味，而是本人在做事情的时候，还没有找到感觉。

15、凡做事都有两面，一旦不能整理得十分成功，也没有必要沮丧，只要有收获，哪怕只是一点点都很好。因为整理的终极意义在于激励自己。

16、整理术的根本是整理自己 现代社会节奏加快，我们每日匆匆奔波，常常会被一些鸡毛蒜皮的事情所绊倒，被一些繁重巨大的工作所压抑，被一些私心杂念所纠缠，生活、工作中的种种死死缠绕，而我们根本就没有腾出一丁点儿的时间来认真仔细地整理自己一下，这是现代人自我劳累却又得不偿失的通病。因此，我们要学会暂时放下手头所有的事情而好好地整理自己一番，这样我们就能在繁杂的生活中获得一丝清凉，在忙碌的工作中找回健康、积极、充满正能量的自我。张德芬说她深信，当人把自己的内在世界调整得很好的时候，他的外在世界就会自然而然变得很顺利。从这一点上来说，整理术的根本是整理自己。只有把自己整理好了，才能冷静客观地面对工作问题，才能运用理性的思维寻求解决问题的方法。不整理好自己，把自己搞得像个负面情绪气团一样，随时都可能爆炸，工作可想而知是个什么状态。这就好比一部正常运转的机器才能生产出好产品，而一部锈迹斑斑、缺油少件的机器就需要先进行维护，才能正常工作。这就是这本整理术的出发点。

17、工作本应该是一个过程，我们却只把它当作一个结果，不管不顾地去追求，丢掉了很多美好。

18、整理是非常积极的行为，在你工作中遇到的任何问题，你都能拿来做一番整理，比如，电脑的文档，重要资源的积累，需要你分门别类，你就要好好整理一番，以便你找出有力的资源来提高工作的效率。工作整理术的延伸意义也很深远，也可以引用到其他方面，比如，整理你的思绪和灵感记录。

19、在一家素食小店，一位服务员给了他以往不一样的美好感受。这是一家平常的二层小店，店面不大但很干净。他们一行三人要了几道菜边吃边聊。他们要的饮品是本店的特色——“杂粮汁”。每人要了一杯，尝了一口，淡淡的，没什么味道。他们以为杂粮汁本来就这个味，也没有再理会。旁边的服务员可能觉察到他们在谈论这款饮品，走了过来问道：“请问对我们这款饮品有什么意见？”他

们在些许诧异之余，说了真实的感受：“嗯，没什么味道，不甜，也不香。”服务员听完3个人的话之后走开了，他们以为她会记录在意见簿上，便继续吃饭，不以为然。没一会儿，这个服务员端了一小杯蜂蜜回来，给他们每人杯中加了一点，并搅拌均匀。“请品尝一下，这回怎么样？”她很认真地问……他们真的很惊讶，一家普通的小店，一个普通的服务员，竟然有这样的素质和理念！惊讶于这个服务员真的在乎她的客人的需要，能敏锐地发现问题，并且还能迅速地采取行动，想出办法去满足客人的需要。

20、夏小姐租房开了家网店经销家纺产品，网店生意不错，已经是皇冠级别了。两年多来，不管生意多么繁忙，一直是她一个人在打理。她不经常外出，所以同一栋楼房里的人对她不太熟悉，也不清楚其作息规律。后来她在老家的父亲因为一直联系不上女儿，就打电话给房东，请其帮他找一下。没想到的是，房东打开夏小姐的房间，发现她直挺挺地躺在床上，口吐白沫，已无声息。经调查，当地警方排除了他杀，疑是因为疲劳过度而死，且是死了几天后才被发现，发现的时候，尸体已经开始发泡了。此事发生后，在全国各大论坛迅速引起网友的关注。有网友发帖说：“认真细读每个字，有切身体会者必定明白其中的心酸，这些天，自己因为忙在电脑前，几次胃疼得厉害。看了帖子，让我也想到了，身体才是最重要的，希望大家都能以此帖为例，再忙也要照顾好自己，祝大家健康快乐！”看看这些心声，排除他杀，警方的确有理由认为夏小姐是因长期疲劳而导致的猝死。夏小姐的离世，让人备感沉重。窥一斑可见全貌，从一个人的不幸中，我们可以看到当下人们的普遍的工作状态：过于关注通过工作得到的经济结果，自动忽视产生结果的漫长过程。在这个过程中，其实我们可能遇到了形形色色的问题，这些问题恰恰让我们离想要的结果更远了，甚至背道而驰。比如夏小姐的身体状况在平日的工作中一定有所反映，只是被她忍着、拖着直到出事那天；比如她过度依赖网络，从而忽略了与周围人的沟通与交往；比如她过分在意经济结果，不肯找人分担。不同的人会碰到不同的一些问题。

21、我们会发现工作有时候不仅仅是工作本身，我们去完成它的时候还会牵涉到自身的一些问题。比如说，偶些人在做一些需要打电话的工作时总是拖了又拖，连她自己都不清楚这是为什么，只是心里慌慌的，十分不愿意做这件事。谁也无法想象她在这之间的挣扎究竟是什么因素所导致，其实是拖延症，是从小爱的缺失或者爱的方式不当所造成。举这个例子是想说，影响工作的有害因素有时是纠结了很多情况在其中，不是那么一目了然，想要完全彻底地根除，也许不是一件容易的事。

22、同时买了超级整理书和整理的艺术。可以概括为一句话：整理可以提高工作效率。这本书还没到货，不敢妄加评论！其他同类书籍看了，但本人用几个小时的时间从头看到尾没有任何问题，看着还可以！注意不是浏览时正常的看看后最大的一点感悟就是相当于没看过，需要超强记忆一下，方可以利用起来。但是却给我们提出一个整理的概念一种行之有效的处理事件的方法

23、工作整理术并非是为了整理而整理，而是与读者分享一种“如何享受工作”的方法论。工作既然一定得做，不如开开心心去做，不如真心地享受工作。因此，整理术应运而生。整理是非常积极的行为，在你工作中遇到的任何问题，你都能拿来做一番整理，只要彻底执行，工作环境、工作状态就能大幅改善。当然，就像数学中的“极限”一样，只能无限靠近，却不能到达。你以什么样的心态面对工作，工作就会回报给你什么。

24、如果您有空，请仔细看看序言，或许您会悟出很多东西来。工作整理术是一种不依靠卓越的才能和坚强的意志力，不依靠高学历，不依靠超强的记忆力，只要按设定的规则去做，就人人都可以做到的让工作效率大幅度提升的简单工作方法。工作也是为了更好地生活，因此，工作整理好了，腾出时间来可以更加美好滴活着。工作之余有更多的时间可以自由支配，这就是自由人士。

25、我工作虽然很卖力，也很努力，可是，我的工作流程不对劲！我的老板向我推荐了这本书，阅读之后，我再也不会将无用的表格和文件保存，通通删掉，顿感清爽。是整理工作的书，写得却很小清新，真是出乎意料！不是枯燥的说教，是有人在旁边娓娓道来，轻言慢语渗入心头，看着很亲切的感觉。要怎么说明呢？就是这不只是一本整理工作本身的书，对人生，对成长，对……有着精彩的认知

整理工作是为了享受工作 整理术的根本是整理自

26、每个人都可能存在各种各样的问题，不论在任何方面，整理力都十分重要，因为它正比于人思维的清晰度。仰仗清晰的思维我们才能够看清楚问题在哪里，然后整理明白，把这些因素影响工作的程度降到最低。确保不会耽误工作。

27、是整理工作的书，写得却很小清新，真是出乎意料！不是枯燥的说教，是有人在旁边娓娓道来，轻言慢语渗入心头，看着很亲切的感觉。发个评论还要求数呀，要多少才够呢？要怎么说明呢？就是

《工作整理术》

这不只是一本整理工作本身的书，对人生，对成长，对……有着精彩的认知整理工作是为了享受工作整理术的根本是整理自己

28、既然一定得做，不如开开心心去做，不如真心地享受工作。因此，整理术应运而生。整理是非常积极的行为，在你工作中遇到的任何问题，你都能拿来做一番整理，只要彻底执行，工作环境、工作状态就能大幅改善。当然，就像数学中的“极限”一样，只能无限靠近，却不能到达。嗯，可以一直努力靠近啊！

29、有人有处理不完的事务，恨不得一天24小时都埋头工作；有人经常身体不适，做工作力不从心，草草应付了事；有人在复杂的人际关系中不知所措，工作总是感觉被掣肘；有人遭受同事嫉妒；有人觉得频频受委屈；有人在拖延的怪圈中苦苦挣扎，要完美地做好工作却不可得；有人因在同事面前丢面子而郁郁寡欢……张德芬说她深信，当人把自己的内在世界调整得很好的时候，他的外在世界就会自然而然变得很顺利。这就是说当你把自己各方面的状态整理到最佳的时候，你所想要的结果大概也就会随之而来。

30、我们会发现工作有时候不仅仅是工作本身，我们去完成它的时候还会牵涉到自身的一些问题。比如说，橙子在做一些需要打电话的工作时总是拖了又拖，连她自己都不清楚这是为什么，只是心里慌慌的，十分不愿意做这件事。谁也无法想象她在这之间的挣扎究竟是什么因素所导致，其实是拖延症，是从小爱的缺失或者爱的方式不当所造成。举这个例子是想说，影响工作的有害因素有时是纠结了很多情况在其中，不是那么一目了然，想要完全彻底地根除，也许不是一件容易的事。

31、读完这本书并尝试了新的行为模式之后，希望减轻了工作中所受到的折磨。但是不要天真地认为只要整理就可以保证轻而易举地能够轻松、高效、愉悦地工作。这样的美好状态还来自于按照你的价值观健康地生活；来自于跟他人、跟自己内心深处的连通；还来自于能够接受自己本来的样子，来自于不管整理是否成功还是只成功了一部分，都没有过分地沮丧。

版权说明

本站所提供下载的PDF图书仅提供预览和简介，请支持正版图书。

更多资源请访问:www.tushu000.com